УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Мутина Елена Владимировна)

21.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.04.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	192	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		440.00	11.12	12.65	67.01	426.16
Завтрак 2	ГРУША	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	79	12,69	28,49	9,01	332,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		718.00	23.22	40.25	86.32	771.26
Полдник	КЕФИР	209	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		249.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	147	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	48	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		465.00	29.41	18.36	47.62	482.77
Итого за день		1975.00	72.48	73.64	249.25	1935.53

Исполнитель: Кладовщик_____(Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар:_____(Шихалеева Марина Сергеевна)